

¿Qué es la salmonelosis?

Salmonelosis es una infección bacteriana que generalmente afecta los intestinos y ocasionalmente la orina, corriente sanguínea y otros tejidos del cuerpo. Es una causa común de diarrea en Wisconsin.

¿Quién contrae salmonelosis?

Cualquier persona puede contraer salmonelosis.

¿Cómo se transmite la bacteria de salmonelosis?

La bacteria *Salmonella* se contagia al comer o tomar agua contaminada o por contacto directo o indirecto con materia fecal de personas o animales infectados.

¿Cuáles son los síntomas de la salmonelosis?

Las personas expuestas a la bacteria salmonela pueden tener diarrea leve o aguda, dolor abdominal, fiebre y ocasionalmente vómitos por varios días. No es frecuente tener infección de la sangre pero si hay puede ser muy grave, especialmente en niños pequeños o ancianos.

¿Cuánto tiempo después de exponerse aparecen los síntomas?

Los síntomas generalmente aparecen 18 a 36 horas después del contacto, pero pueden ocurrir tan pronto como en 12 horas y durar hasta 72 horas o más después de exponerse.

¿Dónde se encuentra la salmonela?

Salmonella está distribuida ampliamente en el ambiente y en la cadena alimenticia. La bacteria se encuentra en la carne cruda, aves, huevos leche y productos lácteos no pasteurizados. Las personas también se pueden exponer a la bacteria de salmonela por contacto con animales domésticos tales como pollos perros, gatos y reptiles. (Vea la serie de hojas informativas *Salmonella asociada con reptiles*).

¿Por cuánto tiempo puede una persona infectada portar la *Salmonella*?

El período en que una persona puede tener *Salmonella* en sus excrementos (aún después que han cesado los síntomas) es variable, usualmente por varios días a varias semanas. La condición portadora temporal puede continuar por meses, especialmente en bebés o personas que han tenido tratamiento con antibióticos. Más o menos 1% de los adultos infectados y 5% de los niños menores de 5 años de edad eliminan *Salmonella* en sus excrementos durante más de un año.

¿Es necesario aislar a las personas infectadas o alejarlas del trabajo o escuela?

Como la bacteria de *Salmonella* está en los excrementos, las personas con diarrea activa que no puede controlar sus necesidades de ir al baño (por ejemplo, bebés, niños pequeños y algunos individuos con discapacidades) deben ser restringidos y supervisados. La mayoría de las personas infectadas pueden regresar al trabajo o escuela cuando sus excrementos se afirman siempre que tengan extremo cuidado de lavarse las manos después de ir al baño. Aquellos que trabajan con comidas, los trabajadores de la salud y los niños en guarderías infantiles deben tener primero la aprobación del departamento de salud local antes de regresar al trabajo.

¿Cuál es el tratamiento para la salmonelosis?

Muchas personas con salmonelosis se recuperarán solas y sólo necesitarán tomar líquidos para prevenir deshidratación. Los antibióticos y drogas antidiarréicas no se recomiendan usualmente para las personas con infecciones intestinales típicas.

¿Cómo se puede prevenir la salmonelosis?

1. Siempre trate los huevos crudos, aves, carne de vacuno y cerdo como si estuviese contaminada y prepare en forma adecuada.

- Envuelva la carne fresca en bolsas plásticas en el mercado para prevenir que la sangre gotee en otros alimentos.
- Refrigere pronto los alimentos y disminuya el tiempo que los deja a temperatura ambiente.
- Cuando refrigere la carne, colóquela en los estantes más bajos para evitar que la sangre gotee sobre otros productos de comida.
- Las tablas de cortar y superficies de preparación de comida deben lavarse con jabón inmediatamente después de usar para evitar la contaminación con otros alimentos.
- Evite comer carne cruda o poco cocinada.
- Asegure que las comidas llegan a la temperatura interna correcta de cocción, especialmente cuando usa el microondas.

2. Evite comer huevos crudos o poco cocinados y otros alimentos poco cocinados que contengan huevos crudos.

3. Evitar usar y tomar leche cruda (no pasteurizada).

4. Lávese las manos bien con agua y jabón antes y después de preparar comidas.

5. Asegure que sus hijos se laven sus manos con agua y jabón antes de comer, especialmente después de tocar a sus mascotas.

6. Siempre lávese bien las manos con jabón después de ir al baño.